



SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
MEC – SETEC  
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE MATO GROSSO  
CAMPUS CUIABÁ – CEL. OCTAYDE JORGE DA SILVA

## INTRODUÇÃO

A pandemia de covid-19 agravou condições socioeconômicas do país, que tem afetado negativamente a população como um todo, acarretando consequências econômicas e sociais, aumento do desemprego e de condições de miséria, falta de sustento de inúmeras famílias, precarização dos sistemas de saúde, além do aumento quantitativo de problemas de ordem emocional, criando um cenário de estresse, ansiedade, medo, insegurança, pânico e desesperança.

Nesse contexto, o distanciamento físico, uso de máscara e higienização das mãos são essenciais para mitigar a propagação do novo coronavírus. Com o avanço da vacinação contra o novo coronavírus e a melhoria do quadro de indicadores epidemiológicos no território nacional, a Resolução 53/2021 - RTR-CONSUP/RTR/IFMT, de 24 de setembro de 2021, do Conselho Superior do Instituto Federal de Mato Grosso autoriza o retorno gradual e seguro a partir de 04 de outubro de 2021.

Assim, considerando as recomendações das autoridades sanitárias, as publicações científicas na área da saúde e conforme instruções normativas desta instituição, publicamos este GUIA sobre as medidas de biossegurança planejamento e execução das ações de enfrentamento contra a covid-19 e a Influenza H3N2 dentro do *campus* Cuiabá para toda comunidade acadêmica.

Este documento é um trabalho em conjunto da Comissão Local de Prevenção de covid-19 e de Monitoramento de casos gripais e/ou de covid-19.

**Comissão Local de Prevenção a COVID-19**, deste IFMT, Campus Cuiabá - Cel. Octayde Jorge da Silva, designada pela PORTARIA 10/2022 - CBA-GAB/CBA-DG/CCBA/RTR/IFMT, de 19 de janeiro de 2022.

- **Alceu Aparecido Cardoso (2156088) - Presidente;**
- Aldo Ricci Figueiredo Filho (1578847);
- Edivanete Marcia Nogueira de Andrade (1466965);
- Fabiane de Mesquita Batista (1698564);
- Henriett Marques Montanha (1518404);
- Isabela Pimentel Lemos (1988247);





SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
MEC – SETEC  
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE MATO GROSSO  
CAMPUS CUIABÁ – CEL. OCTAYDE JORGE DA SILVA

- Jessica Almeida Rodrigues (1200747)
- Marcelo Ferreira de Arruda (1783481);
- Tony Inacio da Silva (1545709);

**Comissão de Monitoramento de Sintomas Gripais e/ou covid-19**, entre a comunidade acadêmica deste IFMT - Campus Cuiabá – Cel. Octayde Jorge da Silva, designada pela PORTARIA 21/2022 - CBA-GAB/CBA-DG/CCBA/RTR/IFMT, de 3 de fevereiro de 2022.

- Hellen Clair Garcez Nabuco (1755965)
- Henriett Marques Montanha (1518404)
- Isabela Pimentel Lemos Pinheiro (1988247)
- Jessica Almeida Rodrigues (1200747)
- Sherman Walter Soares da Silva (2011715)





SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
MEC – SETEC  
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE MATO GROSSO  
CAMPUS CUIABÁ – CEL. OCTAYDE JORGE DA SILVA

## 1 PROCEDIMENTO OPERACIONAL PADRÃO (POP)

Vê-se a necessidade de instrumentalizar a comunidade acadêmica do *campus* Cuiabá com os procedimentos de segurança importantes para o enfrentamento ao coronavírus. Nesse contexto, o Protocolo Operacional Padrão (POP) é uma ferramenta que descreve de forma sistematizada e padronizada uma atividade específica e pode minimizar a ocorrência de desvios na execução das medidas de biossegurança, fortalecendo uma rotina segura por meio da divulgação de informação.

Recomenda-se aos setores e departamentos com trabalhos específicos a confecção de POP com a construção por docentes, técnicos administrativos, alunos e colaboradores, com literatura bibliográfica adequada para cada objetivo de atuação (Ex.: higienização das mãos, Biblioteca e/ou outros).

No ambiente acadêmico, essa ferramenta de gerenciamento se dará por dois tipos de POP: 1) medidas de biossegurança e 2) setorial, seguindo modelo padronizado pela instituição e considerando as especificidades.

A seguir apresentamos o POP sobre higienização das mãos e uso adequado das máscaras.





<b>PROCEDIMENTO OPERACIONAL PADRÃO (POP)</b>		 <b>INSTITUTO FEDERAL</b> Mato Grosso Campus Cuiabá Cel. Octayde Jorge da Silva
<b>LAVAGEM E HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS</b>	Versão: nº 1 Data de publicação: xx/xx/2021	

<b>TIPO DO POP</b>	MEDIDA DE BIOSSEGURANÇA
<b>OBJETIVO</b>	Descrever o procedimento para adequada higienização das mãos
<b>GRUPO ALVO</b>	Comunidade e visitantes do campus Cuiabá

<b>LAVAGEM DAS MÃOS COM ÁGUA E SABÃO</b>	
<b>Siga esse passo a passo:</b>	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Molhe as mãos com água;</li><li>2. Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir toda a superfície das mãos;</li><li>3. Friccione as palmas da mão entre si até altura do punho. Depois friccione a palma direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa. Entrelace os dedos e friccione os espaços interdigitais;</li><li>4. Friccione o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai e vem e vice-versa;</li><li>5. Friccione o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita utilizando-se de movimento circular e vice-versa;</li><li>6. Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo movimento circular e vice-versa;</li><li>7. Enxágue bem as mãos com água;</li><li>8. Seque as mãos com papel toalha descartável.</li></ol>	

<b>HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS COM PREPARAÇÃO ALCOÓLICA</b>	
<b>Siga esse passo a passo:</b>	
<ol style="list-style-type: none"><li>1. Aplique uma quantidade suficiente de preparação alcoólica em uma mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies das mãos;</li><li>2. Friccione as palmas da mão entre si. Depois friccione a palma direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa. Entrelace os dedos e friccione os espaços interdigitais;</li><li>3. Friccione o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai e vem e vice-versa;</li><li>4. Friccione o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita utilizando-se de movimento circular e vice-versa;</li><li>5. Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo movimento circular e vice-versa;</li><li>6. Aguarde até as mãos estarem secas.</li></ol>	





### OBSERVAÇÕES

- A lavagem com água e sabão deve ocorrer numa faixa de tempo de 40-60 segundos, para devida eficiência;
- A higienização com preparação alcoólica deve ocorrer numa faixa de tempo de 20-30 segundos, para devida eficácia;
- Em caso de torneiras de acionamento manual, utilize papel toalha para fechamento, após a lavagem das mãos;
- Retire anéis, pulseiras, relógio e qualquer outro adorno que esteja utilizando ao realizar a higienização;
- O uso de preparações alcoólicas na higienização das mãos pode substituir a higienização com água e sabão quando não for possível fazer a lavagem e quando as mãos não estiverem visivelmente sujas;
- Oriente-se a higienização das mãos com água e sabão ou com solução alcoólica:
  - 1) Ao entrar no câmpus;
  - 2) Ao realizar o registro da frequência via ponto eletrônico
  - 3) Ao iniciar e terminar o turno de trabalho;
  - 4) Ao realizar atendimento ao público;
  - 2) Antes e após ir ao banheiro;
  - 3) Antes e depois das refeições;
  - 4) Antes do preparo de alimentos;
  - 5) Ao realizar procedimentos básicos de cada setor;
  - 6) Após contato com objetos compartilhados, como computadores, telefones, impressoras, controles de ar condicionado, etc;
- Aplique creme hidratante nas mãos (uso individual), diariamente, para evitar ressecamento na pele;
- Os procedimentos ilustrados no ANEXO I referem-se à adequada higienização das mãos.

### REFERÊNCIAS

Disponível em [http://anvisa.gov.br/servicosade/manuais/paciente\\_hig\\_maos.pdf](http://anvisa.gov.br/servicosade/manuais/paciente_hig_maos.pdf)  
<https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/servicosdesaude/cartazes/cartaz-a3-laranja-e-azul-modificado.pdf>

**Elaborado por:**

Isabela Pimentel Lemos / SIAPE 1988247  
Jessica Almeida Rodrigues / SIAPE 1200747

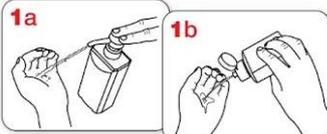
**Revisado em:**



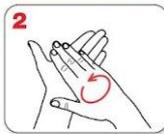
SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
MEC – SETEC  
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE MATO GROSSO  
CAMPUS CUIABÁ – CEL. OCTAYDE JORGE DA SILVA

ANEXO I

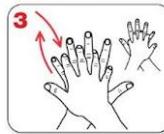
Como Fazer a Fricção Antisséptica das Mãos com Preparações Alcoólicas?



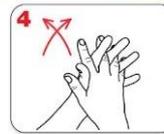
1a 1b  
Aplique uma quantidade suficiente de preparação alcoólica em uma mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies das mãos.



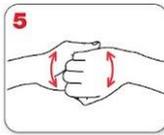
2  
Fricção as palmas das mãos entre si.



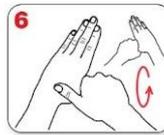
3  
Fricção a palma direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa.



4  
Entrelace os dedos e fricção os espaços interdigitais.



5  
Fricção o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai e vem e vice-versa.



6  
Fricção o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice-versa.



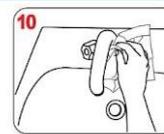
7  
Fricção as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo movimento circular e vice-versa.



8  
Enxágue bem as mãos com água.

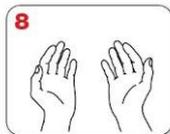


9  
Seque as mãos com papel toalha descartável.



10  
No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilize papel toalha.

20-30 seg.



8  
Quando estiverem secas, suas mãos estarão seguras.

40-60 seg.



11  
Agora, suas mãos estão seguras.



A Organização Mundial da Saúde tomou todas as precauções cabíveis para verificar a informação contida neste informativo. Entretanto, o material publicado está sendo distribuído sem qualquer garantia expressa ou implícita. A responsabilidade pela interpretação e uso deste material é do leitor. A Organização Mundial da Saúde não se responsabilizará em hipótese alguma pelos danos provocados pelo seu uso.

A OMS agradece ao Hospital Universitário de Genebra (HUG), em especial aos membros do Programa de Controle de Infecção, pela participação ativa no desenvolvimento deste material.



INSTITUTO FEDERAL  
Mato Grosso

Campus Cuiabá  
Cel. Octayde Jorge da Silva



<b>PROCEDIMENTO OPERACIONAL PADRÃO (POP)</b>		 <b>INSTITUTO FEDERAL</b> Mato Grosso Campus Cuiabá Cel. Octayde Jorge da Silva
<b>USO ADEQUADO DE MÁSCARAS</b>	Versão: nº 1 Data de publicação: XX/XX/2021	

<b>TIPO DO POP</b>	MEDIDA DE BIOSSEGURANÇA
<b>OBJETIVO</b>	Orientar o uso adequado das máscaras e higienização de máscaras de tecido para proteção individual não profissional para uso no ambiente coletivo
<b>GRUPO ALVO</b>	Comunidade e visitantes do campus Cuiabá

<b>ORIENTAÇÕES SOBRE O USO</b>	
	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Lavar as mãos com água e sabão ou higienizar com álcool a 70% antes de colocar no rosto e após retirar;</li><li>2. Colocar a máscara sobre o rosto segurando pelos elásticos ou tiras de amarrar, protegendo a boca e nariz simultaneamente, sem deixar espaços nas laterais;</li><li>3. Após ser colocada, a máscara não deve ficar sendo tocada ou ajustada, especialmente se você estiver em ambientes coletivos;</li><li>4. Se porventura tocar na parte anterior (frente), realize imediatamente a higiene das mãos;</li><li>5. Trocar a cada três horas, ou quando estiverem úmidas/deterioradas/sujas;</li><li>6. Lave as mãos antes de retirar a máscara;</li><li>7. Remova a máscara sempre pelas tiras laterais, ou seja, não toque na frente da máscara, esse local poderá estar contaminado;</li><li>8. Acondicione em um saco plástico até chegar em casa e colocar para lavar adequadamente;</li><li>9. Após retirar a máscara, lave as mãos com água e sabão ou higienize com álcool a 70%.</li></ol>

<b>OBSERVAÇÕES</b>
<ul style="list-style-type: none"><li>- Descarte sua máscara sempre que apresentar sinais de deterioração e providencie uma nova;</li><li>- Proceder a lavagem da máscara com água e sabão antes do primeiro uso;</li><li>- Evite retirar a máscara durante o uso;</li><li>- Sempre higienize as mãos ao manusear a máscara;</li><li>- O uso das máscaras de tecido é individual;</li><li>- A mesma deve ser trocada ao longo do dia, a cada 3 horas de uso contínuo;</li></ul> <p>Os comportamentos fora do ambiente da escola também serão determinantes para biossegurança, então:</p>





SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
MEC – SETEC  
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE MATO GROSSO  
CAMPUS CUIABÁ – CEL. OCTAYDE JORGE DA SILVA

- Deve-se utilizar a máscara por todo percurso (do domicílio até o campus Cuiabá) e em qualquer meio de transporte/locomoção, utilizando todas as medidas de proteção supracitadas;

#### REFERÊNCIAS

[https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/servicosdesaude/notas-tecnicas/nota-tecnica-gvims\\_ggtes\\_anvisa-04\\_2020-25-02-para-o-site.pdf](https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/servicosdesaude/notas-tecnicas/nota-tecnica-gvims_ggtes_anvisa-04_2020-25-02-para-o-site.pdf)

**Elaborado por:**

Isabela Pimentel Lemos / SIAPE 1988247  
Jessica Almeida Rodrigues / SIAPE 1200747

Revisado em:





SERVIÇO PÚBLICO FEDERAL  
MEC – SETEC  
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DE MATO GROSSO  
CAMPUS CUIABÁ – CEL. OCTAYDE JORGE DA SILVA

## **2 Monitoramento de casos gripais e/ou covid-19**

Toda a comunidade acadêmica a autovigilância dos casos gripais e/ou de covid-19 com o apoio da equipe de Monitoramento de casos gripais e/ou covid-19, por meio dos sinais e sintomas, relato de contato com pessoa com covid-19.

Seguindo a INSTRUÇÃO NORMATIVA 01 e 03/2022 – RTR – GAB/RTR/IFMT e o GUIA DE VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA EMERGÊNCIA DE SAÚDE PÚBLICA DE IMPORTÂNCIA NACIONAL PELA DOENÇA PELO CORONAVÍRUS 2019, versão 4, do Ministério da saúde, apresenta-se a seguir os fluxogramas de identificação e encaminhamento para casos gripais e/ou covid-19 para toda comunidade do campus Cuiabá Cel. Octayde Jorge da Silva.

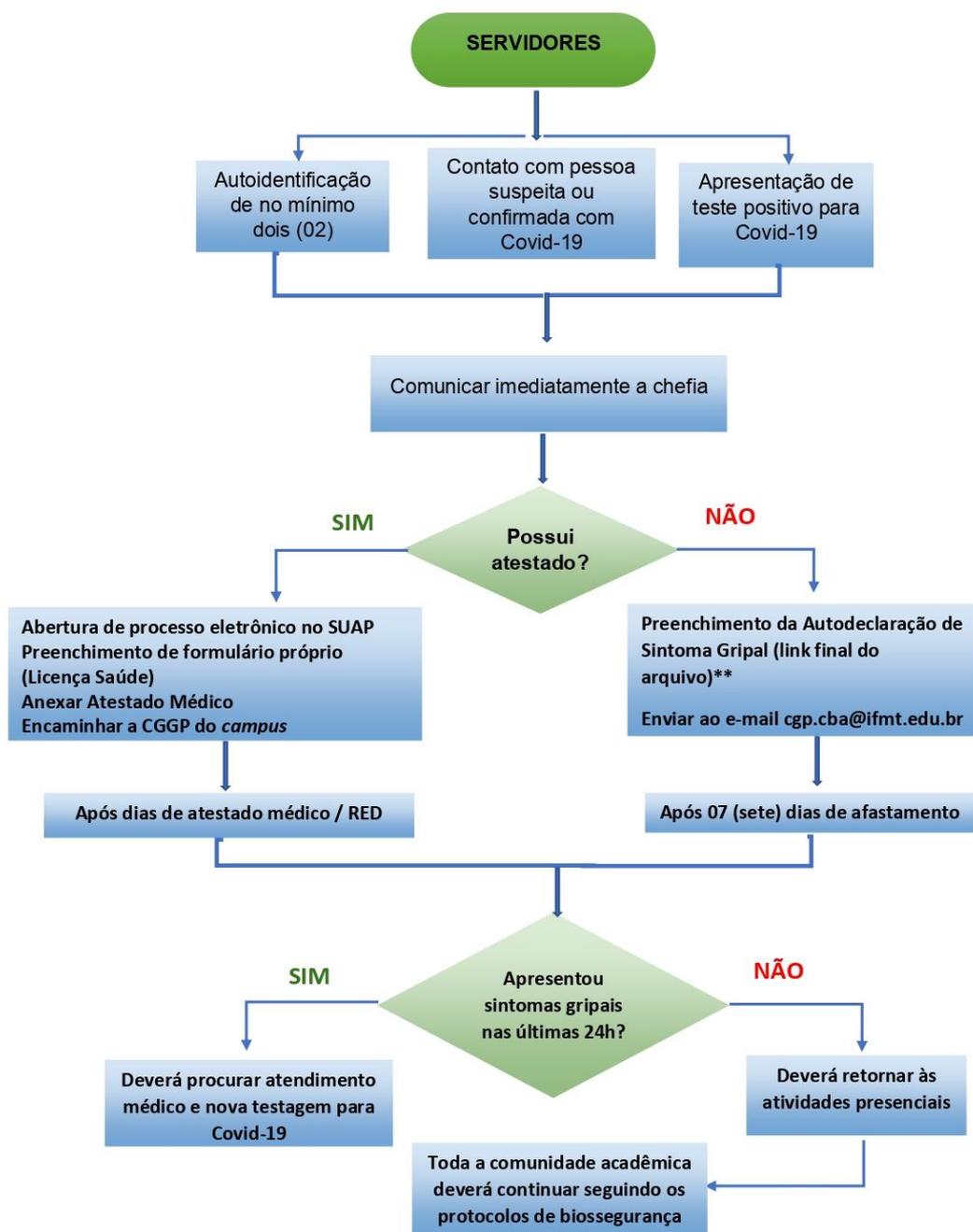
Os sinais e sintomas do novo coronavírus são, principalmente, respiratórios, semelhantes a um resfriado. Podem, também, causar infecção do trato respiratório inferior, como as pneumonias e SRAG (Síndrome Respiratória Aguda Grave). Os principais sinais e sintomas que os casos suspeitos podem apresentar, são:

- Febre;
- Tosse;
- Dificuldade para respirar;
- Dor de garganta;
- Coriza;
- Perda do olfato e paladar.





### FLUXOGRAMA CASOS GRIPAIS E/OU COVID-19/SERVIDORES

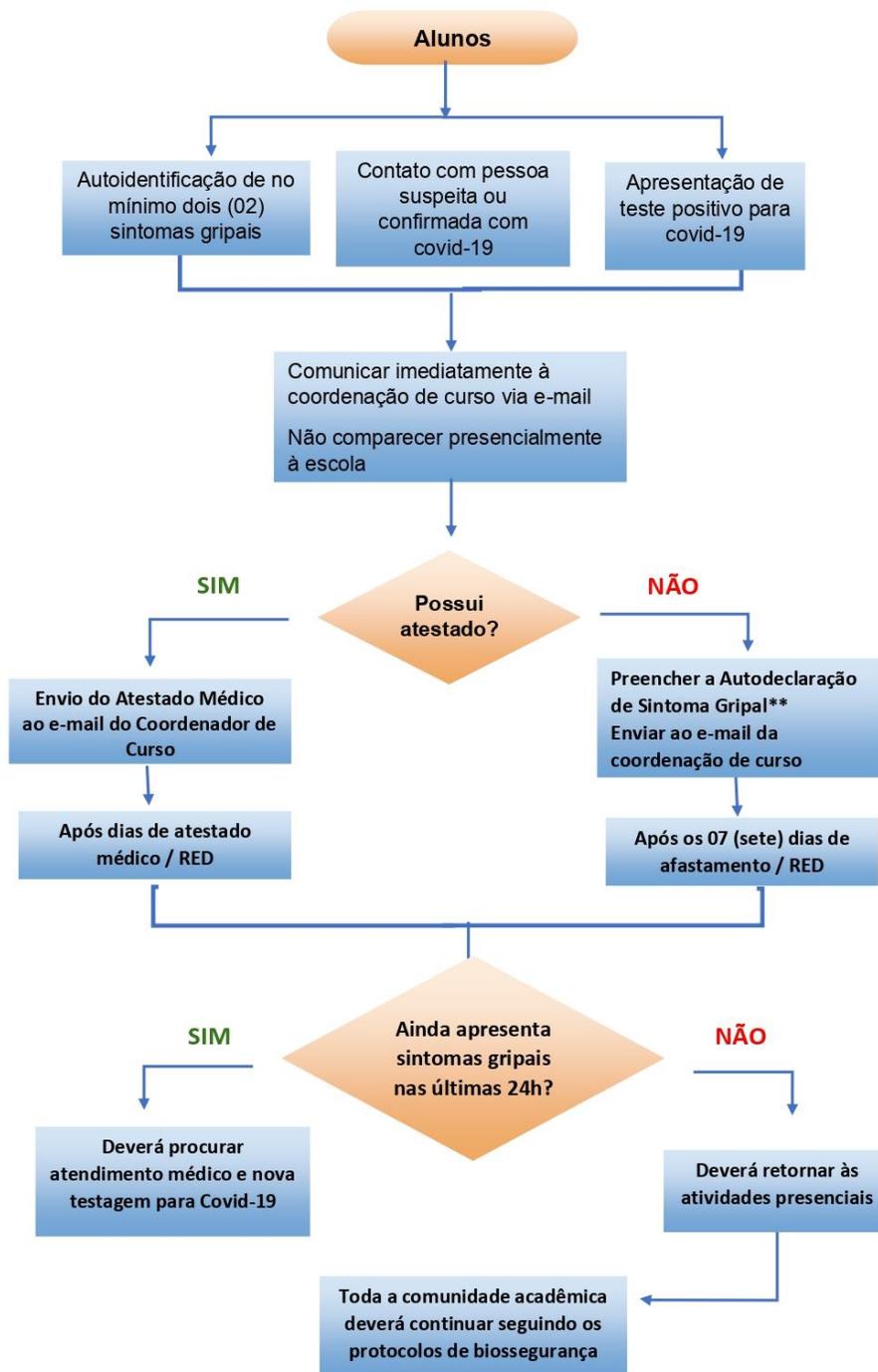


\*Abertura de Processo Eletrônico SUAP - <https://drive.google.com/file/d/1FEBRzkOzq-t3FRPoP0glnkl6hV4qWl8W/view>

\*\* Autodeclaração de sintomas gripais ou COVID-19  
[Servidor Autodeclaração de sintomas gripais ou COVID-19](#)



### FLUXOGRAMA CASOS GRIPAIS E/OU COVID-19/ALUNOS



**\*\* Autodeclaração de sintomas gripais ou COVID-19**

[Aluno Autodeclaração de sintomas gripais ou COVID-19.docx.pdf](#)

